

## 6. Energielabel

- Grundsätzlich sind Geräte der **Klasse A** zu empfehlen. Allerdings lohnt sich auch hier ein Vergleich des Energieverbrauchs. Denn besonders bei den Kühl- und Gefriergeräten gibt es innerhalb der A-Klasse große Unterschiede! Deswegen wurden zusätzlich die **Klassen A+ und A++** für besonders effiziente Geräte eingeführt.
- **„Stumme Verbraucher“** sind Geräte, die nur scheinbar vollständig ausgeschaltet, aber nicht vom Stromnetz getrennt sind und weiterhin Energie verbrauchen (so genannte Leerlaufverluste). „Stumme Verbraucher“ sind z. B. Akkuladegeräte, Kaffeeautomaten, Halogenlampen, Computer, Drucker Fernsehgeräte, HIFI-Anlagen usw.

Mit einem Strommessgerät (Anschaffungskosten ca. 15,- € oder Ausleihe im Baumarkt) können Sie den Verbrauch jedes Gerätes ermitteln, welches über eine Steckdose mit Strom versorgt wird.

### Hinweis:

Nutzen Sie auch die Aktion „Stromspar-check“  
Informationen unter: [www.stromspar-check.de](http://www.stromspar-check.de) und  
Caritasverband Wetzlar/Lahn-Dill-Eder e.V.  
Telefon: 02771-8319 0

## Kontaktpersonen:

### Verwaltungsstelle Dillenburg

Wilhelmstraße 20  
-Zimmer 201 und 202-  
35683 Dillenburg

Herr Jung - 02771/407-369  
Frau Ufer - 02771/407-353  
Herr Bala - 02771/407-353

E-Mail: [wohnhilfebuero-dillenburg@lahn-dill-kreis.de](mailto:wohnhilfebuero-dillenburg@lahn-dill-kreis.de)

### Verwaltungsstelle Wetzlar

Karl-Kellner-Ring 51  
-Zimmer C 408 und C 421-  
35576 Wetzlar

Frau Eisenkrämer - 06441/407-1431  
Frau Bartsch - 06441/407-1430  
Herr Bala - 06441-407-1430

E-Mail: [wohnhilfebuero-wetzlar@lahn-dill-kreis.de](mailto:wohnhilfebuero-wetzlar@lahn-dill-kreis.de)

Dieses Projekt wird vom Hessischen Ministerium für Arbeit, Familie und Gesundheit gefördert:



# Wohnhilfebüro

Lahn|Dill|Kreis

Dillenburg – Wetzlar

## Merkblatt Stromsparen

Das Wohnhilfebüro des Lahn-Dill-Kreises möchte Ihnen mit diesem Merkblatt Informationen an die Hand geben, Ihren Stromverbrauch einzuschränken.

Unter Hinweis auf die steigenden **Energiekosten** empfehlen wir auf den Energieverbrauch zu achten. Der prozentuale Anteil der verschiedenen Verbrauchsarten auf den Gesamtenergieverbrauch in einem Durchschnitts-Haushalt mit durchschnittlichem Wärmeschutz-Standard verteilt sich wie folgt: Strom = 31 %, Warmwasser = 13 %, Heizung 56 %. Zwar sind in allen Energieverbrauchsarten Einsparmöglichkeiten (auch ohne Komforteinbußen) vorhanden, gerade bei Haushaltsstrom ist dies oft mit einfachen Mitteln möglich.

### Hinweis:

Um zu wissen wo man Strom sparen kann, muss man zunächst wissen, wo der meiste Strom im Haushalt verbraucht wird. Nachfolgend ist eine Aufstellung in welchen Bereichen des Haushalts und welche Geräte den meisten Strom verbrauchen. Mit diesen Informationen kann man den größten Verbrauchern zu Leibe rücken. Die Werte beziehen sich auf einen durchschnittlichen 4-Personen-Haushalt:

**Heizen und Warmwasser = 38 %**  
**Kühl- und Gefrierschränke = 22 %**  
**Waschmaschine und Trockner = 14 %**  
**Kochen = 8 %**  
**Unterhaltungselektronik = 8 %**  
**Beleuchtung = 5 %**  
**Sonstiges = 5 %**

## Stromverbrauch

### 1. Licht

- Defekte Glühlampen sollten durch **Energiesparlampen** ersetzt werden!  
Eine Energiesparlampe verbraucht 80 % weniger Strom – bei 10.000 Stunden Brenndauer bringt das bei einer 20-Watt-Energiesparlampe (= 100- Watt-Glühlampe) eine Ersparnis von mindestens 70 €
- Halogen- oder Niedervoltlampen sind keine Sparlampen – und geben nur punktuell Licht. Wird ihr Trafo nicht mit dem Lichtschalter ausgeschaltet, zieht er immer Strom. **Halogenstrahler sind die größten Strom-fresser** – das ist sofort an der großen Wärmeabstrahlung zu spüren. Und auch im ausgeschalteten Zustand zieht der Transformator noch Strom.

### 2. Warmwasser:

- Baden statt Duschen erhöht den Energieverbrauch deutlich. **Das Heißwasser eines Vollbades reicht für dreimal Duschen.** Ein Vollbad kostet etwa 83 Cent (Strom und Wasser), eine Dusche nur etwa 40 Cent.
- Die Benutzung eines **Sparduschkopfs**, reduziert den Warmwasser- und damit den Energieverbrauch um 50 Prozent.
- Während längerer Abwesenheit (z. B. Urlaub), kann die **eigene Therme oder der Durchlauferhitzer zur Warmwasserbereitung abgeschaltet werden.** Alternativ kann der **Elektroboiler mit einer Zeitschaltuhr über Nacht abgestellt** werden.
- Einen herkömmlich gesteuerten Durchlauferhitzer gegen einen elektronisch geregelten Durchlauferhitzer austauschen, bringt eine Stromersparnis von 10%.
- Die Montage eines **Durchflussbegrenzers** an den Wasserhähnen bringt eine Wasserersparnis bis zu 80 %, und damit auch eine Energieersparnis!
- Generell: **Warmwasser sparen ist Energie sparen!**

### 3. Küche

- Der **Geschirrspüler** sollte nur eingeschaltet werden, wenn er **ganz gefüllt** ist. Fast immer reicht das Sparprogramm, das mit 55°C spült. Das Wasser wird damit weniger aufgeheizt und somit wird bis zu 25 % Strom eingespart.
- Beim Spülen mit der Hand wird meistens mehr Wasser und Energie verbraucht als für die gleiche Geschirrmenge in der Spülmaschine.
- Der **Deckel auf dem Topf sollte geschlossen bleiben.** Ohne Deckel entweicht die Wärme und es wird unnötig Energie verschwendet.
- Beim Kochen auf Ceranfeldern oder Kochplatten kann der Herd frühzeitig ausgestellt und die **Restwärme** genutzt werden.
- **Kühlgeräte sollten nicht neben Backofen, Heizung** oder in direkter Sonneneinstrahlung stehen. Die Geräte benötigen dann mehr Strom, um die Temperatur zu halten.
- **Ist der Kühlschrank auch wirklich zu?** Wenn er nicht richtig schließt, steigt der Stromverbrauch stark an. Die Dichtungen sollten überprüft werden.
- Die Temperatur im Kühlschrank sollte nicht zu niedrig sein: 7°C reichen zum Frischhalten von Lebensmitteln, im Gefrierfach sollte es nicht kälter als -18° C sein.
- **Tür auf, Kälte raus, Tür zu.** Damit die kalte Luft da bleibt, wo sie gebraucht wird, sollte die Tür möglichst nur kurz geöffnet werden.
- Viel Energie schluckt auch der Eispanzer im Kühlschrank. Kühlgeräte sollten regelmäßig abgetaut werden.
- Speisen sollten erst abkühlen, bevor sie in den Kühlschrank kommen, warme Speisen im Kühlschrank erhöhen den Energieverbrauch
- Wasser für Kaffee und Tee bereitet man **kostengünstiger mit einem Wasserkocher** zu! Kaffeemaschinen sind übrigens noch etwas sparsamer.

### 4. Wäsche

- Beim Wäschewaschen sollte die **Waschtemperatur reduziert** werden! Bei 30 °C sparen Sie gegenüber einer 60 °C-Wäsche min. 30 Prozent Energie ein.
- Die **Waschmaschine** sollte nur eingeschaltet werden, wenn sie **ganz gefüllt** ist (außer bei Fein- und Wollwäsche). Ein Sparprogramm sollte genutzt werden, sofern die Maschine darüber verfügt.
- Wäsche sollte vor dem Trocknen gründlich geschleudert werden. Wenn Sie mit 1.200 statt 800 Umdrehungen schleudern, verbraucht der Trockner ein Drittel weniger Energie.

### 5. Multimedia

- Der mit Abstand größte Verbraucher im Standby Betrieb ist der Computer, gefolgt vom WLAN-Router, danach kommen Fernseher und die Stereoanlage in etwa gleichauf mit DVD-Player und Videorekorder.
- Bestes Mittel gegen den Stand-by-Verbrauch von Fernseher und Computer: eine **schaltbare Steckerleiste**. Sie garantiert, dass „aus“ wirklich „aus“ ist.
- Schalten Sie Drucker und Scanner erst an, wenn die Geräte zum Einsatz kommen -oft werden diese Geräte stundenlang nicht benötigt, laufen aber trotzdem mit.
- Lassen Sie leere Ladegeräte für Handys und Akkus nicht in der Steckdose, denn sie ziehen immer Strom.